Ghid Viata Rationala

Autorul c?r?ii Inteligen?a emo?ional? revine în aten?ia publicului cu o perspectiv? original? asupra uneia dintre resursele impropriu exploatate în ziua de azi: aten?ia, ingredientul secret al performan?ei. De peste 20 de ani, psihologul Daniel Goleman studiaz? cele mai noi descoperiri din ?tiin?ele socio-umane, iar în cartea de fa??, el înf??i?eaz? argumente captivante în favoarea dezvolt?rii aten?iei, aceast? calitate mental? rareori analizat? ?i din p?cate subestimat?, dar de o importan?? covâr?itoare pentru felul în care navig?m prin via??. Aten?ia func?ioneaz? ca un mu?chi: dac? nu e antrenat?, se atrofiaz?; în schimb, folosit? cum trebuie, se dezvolt? ?i cre?te. Într-o epoc? în care elementele ce te pot distrage pândesc la tot pasul ?i sunt imposibil de înl?turat, Daniel Goleman demonstreaz? c?, mai mult ca oricând, avem nevoie de o aten?ie tot mai ascu?it? pentru a înfrunta adversit??ile ?i a prospera. „Goleman ne ofer? o argumenta?ie extrem de conving?toare — motiv s? renun??m din când în când la smartphone.“ Financial Times

? ??????????????????????????? ? ?
??? ?
?????????????????????????(Harlan Coben) ??????????????????????
????????????????????????????B.A.???(B. A. Paris)
???????????????????????(John Connolly) ??????????????(Stephen King)
???????????????????????? ??????????????????????????????
??????????????????????? ?????????????
?? ??????40??
????????????????????????????16???
???????????????????? ??
?? ???????????????????
??
??
?? ???????? ??????????????????
??????????????????????……??
???????????????????????????????? ???Unsub?????????
?????????????????????????????????????? ???????????B. A.??? ???????????????
??
?????????????????? ?????????? ??
??B.
A.??????????????????????? ???????????????? ????????????????????????????????
??
???????????????????????? ??????????? ??????????????????????????????????????
??
????????? ??????????????
?? ???????? ????????
??

?????????????????? ????????? ??? ?? ????????? ????????? ?? ??? ???The Missing??? C. L.??
O carte menita celor care simt ca pot mai mult, dar se tem de ei insisi si nu stiu de unde sa inceapa transformarea. O carte care ne arata ca niciodata viata nu te provoaca fara a-ti aduce ceva in dar. O carte pentru cei care isi doresc sa ajunga la o stare de armonie interioara astfel incat sa aiba o viata mai implinita.
ALFA ÎNSEAMN? AUTORITATE ?I STABILITATE, ÎNCREDERE ?I IUBIRE A?a c? am pus mâna pe carte, am pus mâna pe greut??i la sal?, mi-am impus mie rigori ?i scopuri ?i am muncit pentru ele de mi-au s?rit capacele. Pentru c? eram singur. Tu nu e?ti singur, pentru c? cite?ti aceste rânduri. Tu e?ti parte din comunitatea ALFA. Din acest trib cu pestee 100 000 de capete. Aici nu e nimeni l?sat în urm?. Aici contezi. TRIBUL ni s-a dublat în ultimul an, ?i poate vrei s? începi cu începutul. Via?a e de multe ori o lupt?, de?i am vrea s? fie doar iubire, pace ?i bucurie. E ok, noi to?i suntem la baz? ni?te lupt?tori. Ne clocote?te sângele în vene ?i vis?m s? cucerim mun?i, statut social, pe noi în?ine, sau s? ne decor?m centurile cu scalpuri. Doar c? lupta noastr? este cu societatea, cu noi în?ine. Cu lucrurile care ne ?in înapoi, care ne fac s? fim ni?te rata?i. Genele noastre sunt cele care au supravie?uit, de-a lungul a milioane de ani de evolu?ie, to?i cei slabi au murit ?i cei puternici ?i adaptabili s-au înmul?it ?i genele lor s-au propagat pân? la tine. AI GENE DE ÎNVING?TOR, e?ti un r?zboinic educat s? nu vad? asta. Nu te deranjeaz?? Un ALFA întinde mâna ?i ia, nu a?teapt? aprobare. Un alfa adev?rat poate face ce vrea el ?i este iubit pentru asta. Un ALFA poate alerga un maraton. În ?osete cu sandale, dac? asta vrea. Nu e s?n?tos s? nu fii aliniat cu normele sociale DAR PO?I S? TE PI?I PE ELE. Sun? cumva gre?it, e vulgar, e deplasat… Dar e adev?rat. Cu aceste lucruri în gând am scris ghidul comunit??ii alfa, ghidul alfa care s? scoat? animalul din tine, lupt?torul, campionul, liderul. Dac? m? întrebi care este scopul meu cu aceast? carte, acesta este s? î?i schimb mentalitatea. Dac? î?i vei schimba mentalitatea, atitudinea ta se va schimba. Dac? atitudinea ta se va schimba, comportamentul t?u se va schimba. Dac? ?i comportamentul t?u se va schimba, rezultatele tale se vor schimba. Dac? rezultatele tale se vor schimba, tu te vei schimba, ?i, odat? cu tine, întreaga lume care te înconjoar? se va schimba dup? puterea exemplului t?u. Fiecare capitol începe cu atitudinea ?i mentalitatea, pentru c? ele sunt cheia pentru ca via?a ta s? se transforme în ceva extraordinar, o via?? în care tot ce îndr?zne?ti s? visezi, devine realitate palpabil?. Tu PO?I avea succes dac? nu mai la?i teama s? te trag? în spate, dac? accep?i c? via?a e o lupt? nedreapt? pe care o po?i câ?tiga. S? ?tii c? se poate, dac? depui efort ?i dac? ai o strategie!
În ultimele cinci-?ase decenii civiliza?ia occidental? aflat? într-o continu? expansiune datorit? performan?elor tehnologice ?i economice a centrat întreaga aten?ie a omului pe valorificarea la maxim a vie?ii. A centrat aten?ia pe adev?rul ?tiin?ific ?i a urm?rit în mod constant s? reevalueze întregul timp istoric din

perspectiva acestuia. Totul a devenit „?tiin?ific” ?i tot ceea ce nu poate fi catalogat ca „?tiin?ific” tinde s? fie marginalizat. În acela?i timp s-a inoculat con?tientului ?i subcon?tientului fiec?rui om percep?ia fiin?ei doar din perspectiva corporalit??ii sale. Treptat, am ajuns s? credem doar în via?a de aici ?i în existen?a noastr? corporal?. Datorit? centr?rii exclusive pe valorificarea la maxim a vie?ii, pe tr?irea clipei, pe ceea ce po?i face doar aici, în aceast? lume ?i în acest corp, orizontul vie?ii de dincolo ?i moartea îns??i au fost alungate cît mai departe. Îns?, dac? privim pu?in în urm?, observ?m c? de-a lungul timpului, moartea a fost un subiect mult mai interesant decît via?a. Din punct de vedere literar, filosofic sau teologic, ea a trezit interesul mai multor oameni ?i a condus la mult mai multe dezbateri decît via?a. Omul cu o minte cercet?toare a fost mult mai atras de fascina?ia mor?ii decît de cea a vie?ii. În timp ce via?a pare s? fie o eviden??, moartea reprezint? un mare mister ?i o mare provocare. Ca urmare a acestor min?i cercet?toare avem la ora actual? o colec?ie vast? de scrieri cu privire la moarte. Exist? perspectiva religioas? asupra mor?ii, exist? perspectiva spiritual?, filosofic?, ocult?, magic?, popular?, naturalist? ?i, nu în ultimul rînd, ?tiin?ific?. Exist? perspectiva sumbr? asupra mor?ii, exist? îns? ?i perspectiva plin? de speran?? ?i optimism fa?? de moarte. Exist? perspectiva plin? de team? a?a cum exist? ?i perspectiva b??c?lioas? fa?? de moarte. Exist? la ora actual? c?r?i, scrieri, lucr?ri despre toate aceste pespective. Ghidul practic în vederea trecerii cu succes prin experien?a mor?ii se adreseaz? tuturor. El este accesibil tuturor celor care vor s? în?eleag? mai bine moartea, care vor s? se preg?teasc? în vederea mor?ii ?i, mai ales, tuturor acelora care vor s? ?tie cum s?-i ajute pe cei care se afl? în ceasul mor?ii. Am structurat întreaga informa?ie astfel încît s? capete un caracter universal ?i în acela?i timp u?or de adaptat la rigorile dogmatice ale oric?rei religii. Lucrarea poate fi citit? ?i de c?tre atei pentru c?, fenomenul mor?ii se produce ?i în cazul lor, ?i chiar dac? acum ateii nu cred în via?a de dincolo de moarte, ei nu pot fi siguri c? în ceasul mor?ii vor mai r?mîne atei. Cît timp e?ti în uterul mamei, de exemplu, este foarte probabil s? crezi c? nu exist? via?? în afara mediului în care te afli, îns? imediat dup? na?tere este posibil s? ajungi s? crezi altceva. A?a ?i în ceea ce prive?te moartea. Este foarte posibil s? argumentezi în fel ?i chip faptul c? nu ar exista via?? dincolo de moarte, îns? în momentul mor?ii nu po?i s? ?tii dac? nu se va petrece ceva care s? te fac? s? vezi c? exist? totu?i via?? dincolo de moarte ?i s? nu fie cumva prea tîrziu!

Psihologul Daniel David ofer? în eseurile ?i convorbirile sale sfaturi practice pentru o mai bun? autocunoa?tere, pentru promovarea s?n?t??ii ?i preven?ia tulbur?rilor de natur? psihologic?, pentru îmbun?t??irea abilit??ilor profesionale ?i a vie?ii sociale. „Pastilele psihologice“ pe care le recomand? ?i analiza critic? a societ??ii române?ti sub aspect politic sau educa?ional sunt utile speciali?tilor în politici publice ?i tuturor celor interesa?i de dezvoltarea personal?, care pot înv??a s? fie mai buni atât în calitate de cet??eni, cât ?i ca indivizi.

???????????????????????? ???????????????????????? ?????????????????? ??????????Top 1?????????????????? ?????????????????????? ?USA????????????? ?????????????????????????????????? ??5?????? ???..... ????????????????? ?????????????????????????????

??????????????????? ??
??????????????????????????……????????????????
??? ???????????????????????
??????????????????????????52?????????????????
???????????????????5?????????????????????? ????????????
???——??????
????????????????????????????????????——???????? ?????????????????????????????????
?????????????????????????????????????——?????Susan ???????????????????????????
???——?????
Taddy ??
???????????????——Goodreads??Jennifer
?????????????????????????????????????Goodreads??Megs

Traducere de Ilinca Anghelescu O carte scris? cu sinceritate ?i umor despre cea mai frumoas? ?i mai emo?ionant? experien?? din via?a unei femei. Daca e?ti însarcinat? deja sau doar cochetezi cu ideea de a deveni mam?, aceast? carte î?i va fi cea mai bun? prieten?. Pentru c? numai cea mai bun? prieten? ?i-ar spune cât de mult te poate transforma, fizic ?i emo?ional, experien?a gravidit??ii. Doar aici vei gasi acele informa?ii trecute sub t?cere de medici ?i de alte ghiduri de sarcin?, din fals? pudoare sau pur ?i simplu din incapacitatea de a le acorda importan?a pe care o merit?. Autoarea, Vicki Iovine, a n?scut patru copii în ?ase ani ?i a cunoscut cam toate dificult??ile, dar ?i deliciile acestei experien?e de fiecare dat? unice. Solu?ia ei: un pic de umor, foarte mult? r?bdare ?i infinit? dragoste pentru fiin?a care prinde contur în tine.

??????????????????????????,???????????????,?????????????????.
20??????? ??????500??? ????40?????????? ??????????????? ??????????????????????
EQ????????????????? ????????? ??????????????????? ??????????????????????
??????????????? ????????????????????????????????
??????????????EQ?????????????????????????? ???????????????????????????? ??EQ??
?????? ???1996???????EQ????????????????????????? ???????????????????????????IQ??
????????????????????EQ?? EQ???????????
??????????????????EQ??EQ??
?? ???????EQ??????????
??? ???
???
??????EQ??????????????????????????????????????

Traditional Chinese edition of Winter Garden

Beginning with 1953, entries for Motion pictures and filmstrips, Music and phonorecords form separate parts of the Library of Congress catalogue. Entries for Maps and atlases were issued separately 1953-1955.

????:Basic epidemiology

Tratat de psihoterapii cognitive ?i comportamentale. Ed. IIElefant Online

În acest Ghid al utilizatorilor, Ha-Joon Chang explic? pe în?elesul tuturor cum func?ioneaz? economia. Spre deosebire de mul?i economi?ti care pretind c? exist? un singur mod de „a face“ ?tiin?e economice, Chang descrie mai multe teorii economice, de la cea clasic? la cea keynesian? ?i noua economie institu?ionalist?, dezv?luindu-le punctele slabe ?i punctele tari. Dintr-o perspectiv? mai pu?in întâlnit? în manualele de economie clasice, el trateaz? teme precum viitorul zonei euro, inegalitatea în China, situa?ia industriei americane sau dezvoltarea economic? bazat? pe servicii ?i ne ofer? sfaturi cu ajutorul c?rora putem dep??i dificult??ile economice din via?a de zi cu zi.

Fii con?tient de corpul t?u Ia aminte la convingerile tale! Fii prezent în propriul t?u corp! Simte-?i energia subtil? a corpului! Caut? îndrumare interioar?! Ascult? de

visele tale! Aplic? ace?ti cinci pa?i: î?i vei recupera ?i cultiva capacitatea intuitiv? înn?scut?. Vei dobândi vitalitatea de care depinde via?a ta. Prezentul ghid pentru vindecare intuitiv? te va ajuta s?-?i stimulezi r?spunsul imunitar, s? te refaci dup? boal?, s? accesezi for?ele vitale ale sexualit??ii, s? controlezi durerea, s? identifici cei mai buni agen?i pentru vindecare ?i s?-?i înfrângi anxietatea, deprimarea precum ?i alte blocaje emo?ionale. Medic cu o solid? preg?tire tradi?ional?, Judith Orloff î?i practic? profesia apelând la intui?ie ?i spiritualitate. Astfel, ea încearc? s? creeze o punte între medicina clasic? – bazat? pe tehnologii de ultim? or? dar, deseori, ?i pe proceduri invazive – ?i un nou tip de practic? a vindec?rii. Cartea de fa?? are scopul de a expune în mod clar ?i accesibil viziunea autoarei despre necesitatea de a aborda îngrijirea corporal? prin prisma celorlalte dimensiuni ale s?n?t??ii ?i vindec?rii. Starea ?i evolu?ia fizic? merg mân? în mân? cu transformarea emo?ional? ?i spiritual?. „Doctorul Judith Orloff este un adev?rat pionier în domeniul medicinei, fiind st?pânit? de pasiunea ?i hot?rârea de a aduce intui?ia ?i spiritualitatea atât în sfera medicinei clasice, cât ?i în miezul vie?ii noastre cotidiene. Recomand c?lduros aceast? carte.“ – Deepak Chopra, autor al c?r?ilor Quantum Healing ?i Perfect Health. „Cartea de fa?? v? poate salva via?a. În acest minunat ?i foarte practic ghid pentru vindecarea corpului ?i a min?ii, dr. Judith Orloff v? înva?? cum s? v? dezvolta?i propria în?elepciune intuitiv? ?i cum s? c?p?ta?i încredere în ea. Prin intermediul unor relat?ri de cazuri ?i al unor exerci?ii bine alese, ea v? arat? cum s? evita?i pericolele în s?n?tate, rela?ii ?i în via??, în general.“ – Dr. Brian L. Weiss, autor al c?r?ii Many Lives, Many Masters

Psihoterapiile cognitive ?i comportamentale sînt prototipul demersului ?tiin?ific în psihoterapie, beneficiind de teorii fundamentate ?tiin?ific ?i strategii terapeutice pentru promovarea s?n?t??ii ?i tratamentul patologiei validate prin studii clinice controlate. Din acest motiv, sînt psihoterapiile cel mai bine reprezentate la nivelul comunit??ii ?tiin?ifice, cele mai r?spîndite în practic? ?i preferate de casele de asigur?ri de s?n?tate. Adresat speciali?tilor clinicieni, cercet?torilor, studen?ilor de la facult??ile de profil ?i profesioni?tilor în politicile publice de s?n?tate, volumul prezint? cele mai importante teorii ?i proceduri terapeutice cognitiv-comportamentale, argumentînd în favoarea utiliz?rii acestora ca platform? de integrare în psihoterapie ?i de promovare a psihoterapiei ca ?tiin??. Din cuprins: Terapia cognitiv-comportamental?. Delimit?ri conceptuale ?i evolu?ie • Psihodiagnostic ?i evaluare clinic? cognitiv-comportamental? • Rela?ia terapeutic? cognitiv-comportamental? • Proceduri ?i tehnici de terapie cognitiv-compor-tamental? • Prototipul unui demers terapeutic cognitiv-comportamental • Cercetare ?i eficien?? în terapia cognitiv-comportamental? • Educa?ie ?i formare în terapia cognitiv-comportamental? • Noi direc?ii ?i frontiere în terapia cognitiv-comportamental?

Cum se traduce dorin?a în realitate? Joseph Murphy v? pune la dispozi?ie o lectur? de calitate, cu multe idei ?i tehnici eficiente. – New connexion journal Oare cum ar fi ar?tat via?a mea, far? ajutorul filosofiei lui Napoleon Hill? – Og

Mandino Dale Carnegie pare s? nu fi spus niciodat? lucruri mai relevante ca acestea! – The Times Trei personalit??i marcante din lumea afacerilor î?i dezv?luie secretele, într-o antologie ce reune?te viziunile lor asupra vie?ii, astfel încât tu s? dobânde?ti o imagine de ansamblu care s? te ajute s? faci bani. Vei înv??a s?-?i folose?ti incredibila putere a psihicului pentru a atrage prosperitatea în via?a ta. Napoleon Hill a fost unul dintre primii ?i cei mai faimo?i autori americani de c?r?i motiva?ionale. Ideile cuprinse în lucr?rile sale sunt actuale ?i în zilele noastre. Dale Carnegie a scris nenum?rate c?r?i ?i a sus?inut conferin?e în care a instruit oamenii în arta vorbirii în public. Metodele sale sunt atât de apreciate, încât Funda?ia Carnegie atrage ?i în prezent mii de persoane interesate de îmbun?t??irea rela?iilor cu ceilal?i. Joseph Murphy a explicat pe în?elesul tuturor principiile universale dup? care func?ioneaz? societatea, ajutând astfel multe persoane s?-?i schimbe fundamental via?a ?i devenind unul dintre pionierii spiritualit??ii moderne.

?? ???????????????The Bed of Procrustes?????????????????????????????????? ?? ??? ??????????????? ?? ???????????????? ????????????????????Stephen Colbert? ????Michel de Montaigne????? ??????????The Wall Street Journal? ??????????? ?????????GQ? ????????????? ??????????Bryan Appleyard? ???????? ?The Sunday Times????? ??????????? ?????????Niall Ferguson? ????????Los Angeles Times?

"Usor de digerat, bine organizata si patrunzatoare, «In cautarea certitudinii» va servi drept manual valoros tuturor celor care vor sa simta ca stau pe temeiul solid al adevarului." - Dr. Ravi Zacharias, autor si vorbitor Conteaza ceea ce cred? In ce ar trebui sa-mi pun increderea? Pot sa am incredere in ce gandesc? Cine decide ce este drept? Ce rost are totul? Este Universul un accident cosmic? Are Dumnezeu ceva de-a face cu toate acestea? Cum as putea sa-L cunosc pe Dumnezeu? Cu totii ne dorim sa simtim stabilitatea pe care o confera certitudinea in viata noastra. Dar statisicile sunt ingrijoratoare: in prezent, 80% dintre adolescentii din Romania nu mai cred intr-un absolut moral. Conceptul de adevar universal a lasat loc ideii postmoderne conform careia adevarul autentic ori nu poate fi cunoscut, ori nu exista. Aceasta incertitudine are un pret, ea impingand multe vieti in deriva si anxietate, ba chiar disperare, din cauza lipsei unui scop. Lectura acestei carti te va indruma spre concluzia certa si inevitabila ca exista un singur adevar absolut, care poate sa confere certitudine, semnificatie si scop vietii tale. Cuprins Multumiri 1. CONTEAZA CE CRED? ADEVARUL DESPRE ADEVAR Credintele nu au ca rezultat certitudinea. Certitudinea vine din siguranta ca ceea ce credem este adevarat din punct de vedere obiectiv. 2. IN CE AR TREBUI SA-MI PUN INCREDEREA? NEVOIA UNUI ABSOLUT SUPREM Certitudinea trebuie sa se bazeze pe stanca absolutului suprem pentru

adevar: Dumnezeu Insusi. 3. POT SA AM INCREDERE IN CE GANDESC? ABSOLUTUL PENTRU RATIUNE Ratiunea umana, intemeiata pe absolutul unui Dumnezeu rational, este un instrument valid pentru cautarea certitudinii. 4. CINE DECIDE CE ESTE DREPT? ABSOLUTUL PENTRU MORALA Simtul moral universal furnizeaza certitudinea existentei lui Dumnezeu, al Carui caracter defineste ce este bine. 5. CE ROST ARE TOTUL? ABSOLUTUL PENTRU SEMNIFICATIE Semnificatia intrinseca prezenta in univers furnizeaza certitudinea ca exista un Dumnezeu transcendent. 6. DE CE IUBIM APUSURILE DE SCORE SI SIMFONIILE? ABSOLUTUL PENTRU FRUMUSETE Prezenta raspandita a frumusetii si a bucuriei in univers incurajeaza certitudinea ca exista un Dumnezeu transcendent si iubitor. 7. ESTE UNIVERSUL UN ACCIDENT COSMIC? CARACTERUL IRATIONAL AL EVOLUTIONISMULUI Caracterul nestiintific si irational al evolutionismului submineaza certitudinea si ne lasa cu intrebari fara raspuns pe tema originilor si a destinului nostru. 8. SALTUL RATIONAL AL CREDINTEI RELATIA DINTRE CREDINTA SI RATIUNE Un pas rational al credintei in Dumnezeu, facut cu incredere, ne conduce spre certitudinea ca El exista. 9. CUM POT SA-L CUNOSC PE DUMNEZEU? GASIREA CERTITUDINII IN RELATIE Credinta intemeiata pe ratiune ne conduce spre experimentarea certitudinii lui Dumnezeu intr-o relatie personala cu El. Despre autori

Sintetizând înv???turile primite ?i f?când analize minu?ioase cu puterea de în?elegere a min?ii ?i de cuprindere a sufletului, autorul p?trunde adânc pe t?râmul fascinant al spiritualit??ii omene?ti, al esen?elor de dincole de aparen?e, al cunoa?terii ?i autocunoa?terii. Subiectele tratate, precum na?terea Universului, Crea?ia, conectarea omului cu Dumnezeu, metode de medita?ie, tipuri de energii, accesarea acestora ?i tehnici de lucru, sisteme de elevare spiritual? etc., sunt dintre cele mai serioase ?i profunde, surprinzând exprim?rile unei fiin?e preocupate de a descifra tainele Vie?ii, cu V mare, de a afla Adev?ruri, cu A mare, de a urma Calea, cu C mare. Pe parcursul c?l?toriei, cititorii sunt invita?i ?i pe scena de desf??urare a unor pove?ti adev?rate ?i cazuri reale de terapii, pentru a face cuno?tin?? cu personaje din ale c?ror experien?e au de înv??at, fiind câteodat? surprin?i, alt?dat? identificându-se perfect cu acestea.

Ghid metodic destinat cadrelor didactice. Pentru disciplina EDUCATIE TEHNOLOGICA, clasa a VI-a

Cine nu a dus o adev?rat? lupt? pentru efectuarea temelor de c?tre copii? Cine este scutit de stres înainte de înscrierea copilului la ?coal? sau înainte de un examen? Cine este mul?umit de sistemul de înv???mânt? Cine nu viseaz? s?-?i vad? copilul (re)tr?ind bucuria de a înv??a? IAT? O VESTE BUN?: FERICIREA LA SCOAL? ESTE POSIBIL?! IAR ACEASTA ÎNCEPE ACAS?. Respectând personalitatea ?i nevoile copilului, aceast? carte propune o abordare educa?ional? care acord? o pondere mai mare rolului p?rin?ilor, astfel încât ace?tia s? ajute copilul pentru exprimarea mai u?oar? a aptitudinilor sale. Autoarea ne invit?: - s? îndr?znim s? gândim ?i s? facem lucrurile altfel (reducând

presiunea pe care o punem asupra copiilor no?tri) - s? descoperim tipurile de inteligen?? ale copilului nostru (vizual?, auditiv?, chinestezic?...) pentru a-i oferi metode de lucru eficiente - s?-l stimul?m ?i s?-l încuraj?m în mod pozitiv - s? facem din el o persoan? care reu?e?te, autonom? ?i împlinit?. Bogat? în repere educative ?i instrumente practice, aceast? carte valoroas? se bazeaz? pe modele pedagogice variate ?i testate (Montessori, Freinet, Dolto, Salomé).
??????????????,???????,??????????,??????????????;????????,?????,????????
??????
„Lucrarea de debut a dr. Jaime Kulaga este un ghid practic ?i optimist pentru g?sirea echilibrului ?i a împlinirii. Este conceput cu mult profesionalism, pentru a ajuta femeile ocupate s? r?mân? concentrate asupra obiectivelor lor, dar resim?ind mai pu?in stres. A?a cum explic? dr. Kulaga, echilibrul în via?? nu înseamn? s? înve?i cum s? jonglezi cu mai multe sarcini deodat?, ci s? te concentrezi asupra lucrurilor cu adev?rat importante.” Patricia Spadaro, autoarea c?r?ii Honor Yourself: The Inner Art of Giving and Receiving „Kulaga ?ese firul mai multor concepte, creând astfel un spa?iu de inspira?ie, încurajare ?i sfaturi realiste pentru femeile care nu ?i-au f?cut o prioritate din ele însele. Ghidul superfemeii îmbin? relatarea unor exemple indezirabile cu scenarii optimiste ?i realizabile pentru o via?? echilibrat?. Având informa?ii ?i exerci?ii practice, relevante, lucrarea î?i arat? cum s? te eliberezi de sarcinile care trebuie îndeplinite, pentru a tr?i o via?? împlinit?. O recomand cu încredere!” Paula Renaye, autoarea c?r?ii Living the Life You Love: The No-Nonsense Guide to Total Transformation Din aceast? carte, vei afla cum s?: • identifici rolurile principale ale vie?ii tale ?i s? le prioritizezi; • înve?i s? spui „nu" ?i s? ai grij? de tine f?r? a te sim?i vinovat?; • stabile?ti scopuri inteligente, s? ceri ajutor ?i s? iei decizii importante; • reinterpretezi trecutul pentru a-?i fi de folos în prezent.
Copyright: 507eda497b401618bfbe43cbedae84c9